

Ich weiß
jetzt wie
12

Alexandra Scherf
Regina Mazaracchia
Heike Wolter



Oma braucht uns

edition
riedenburg

Das **Kindersachbuch** zum Thema Altwerden,
häusliche Pflege und Generationen-Wohnen



Besuch deinen Verlag im Internet!
editionriedenburg.at

edition
riedenburg

ISBN 978-3-902943-78-1



**Für alle Kinder,
die einfach noch
mehr wissen wollen.**



Oma Hanni geht es nicht mehr so gut. Sie hat Zipperlein und Wehwehchen und traut sich kaum noch aus dem Haus. Auch Opa Walter ist überfordert. Mama und Papa beschließen deshalb, in das Haus von Oma und Opa zu ziehen. Das ist aufregend für alle und braucht im Alltag eine gute Organisation. Am Vormittag, wenn auch Mama arbeiten geht, kommt ein Pflegedienst ins Haus. Nachmittags kümmert sich die ganze Familie um die Großmutter. Oma und Opa freuen sich sehr, dass sie ihre Enkelkinder nun jeden Tag sehen können und nicht mehr ganz auf sich alleine gestellt sind. Und auch für Elias und Malin ist die neue Großfamilie spannend.

Zusätzlich: „Ich weiß jetzt wie!“-Seiten für Kinder mit Anregungen und kniffligen Fragen • Erwachsenen-Seiten mit weiterführenden Erklärungen zum Thema Altwerden, häusliche Pflege und Generationen-Wohnen.



Alexandra ist Mama von vier Erdenkindern und einem Sternkind, Trageberaterin und Betreiberin des Internetforums stillen-und-tragen.de. Als examinierte Krankenschwester hat sie in der häuslichen Kranken- und Altenpflege gearbeitet.



Regina schreibt Bücher, Artikel für Zeitschriften und illustriert die Bände der Reihe „Ich weiß jetzt wie“. Sie ist dreifache Mama, Krankenschwester und Stillberaterin.



Heike ist Autorin und Mama von sechs Kindern. Aus eigener Erfahrung weiß sie, wie es ist, wenn Oma oder Opa Hilfe im Alltag benötigen und gepflegt werden.

Besonderer Hinweis

Das Werk einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der Bestimmungen des Urheberrechtsgesetzes ist ohne schriftliche Zustimmung des Verlags unzulässig und strafbar. Dies gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen und die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.

Das vorliegende Buch wurde sorgfältig erarbeitet. Dennoch erfolgen alle Angaben ohne Gewähr. Weder Autorinnen noch Verlag können für eventuelle Nachteile oder Schäden, die aus den im Buch vorliegenden Informationen resultieren, eine Haftung übernehmen. Eine Haftung der Autorinnen bzw. des Verlags und seiner Beauftragten für Personen-, Sach- und Vermögensschäden ist ebenfalls ausgeschlossen. Befragen Sie im Zweifelsfall bitte Pflegefachkraft, Ärztin/Arzt oder Apotheker/in.

Markenschutz

Dieses Buch enthält eingetragene Warenzeichen, Handelsnamen und Gebrauchsmarken. Wenn diese nicht als solche gekennzeichnet sein sollten, so gelten trotzdem die entsprechenden Bestimmungen.

1. Auflage Dezember 2014
© 2014 edition riedenburg
Verlagsanschrift Anton-Hochmuth-Straße 8, 5020 Salzburg, Österreich
Internet www.editionriedenburg.at
E-Mail verlag@editionriedenburg.at

Lektorat Dr. Caroline Oblasser
Satz und Layout edition riedenburg
Herstellung Books on Demand GmbH, Norderstedt

ISBN 978-3-902943-78-1



Inhalt



Alt werden, pflegen, zusammenhalten	5
Oma braucht uns	6
Quiz für Kinder	42
Wie ist es bei euch zu Hause?	44
Woran denkst du?	46
Auch du kannst helfen!	47
Nützliche Hinweise für Eltern	48
Glossar	49



Alt werden, pflegen, zusammenhalten

Die steigende Lebenserwartung führt dazu, dass Kinder ihre Großeltern heute länger und bewusster auf ihrem Lebensweg wahrnehmen. Dabei entsteht oft eine ganz besondere Beziehung zwischen den Generationen.

Wenn gesundheitliche Veränderungen bei Oma oder Opa eintreten, verändert sich das eingespielte Miteinander: Aus den fürsorglichen Großeltern werden Menschen, die selbst Hilfe benötigen. Innerhalb der Familie und von außen, beispielsweise durch mobile Pflegedienste.

In der Geschichte von Elias und Malin zieht die Familie in eine andere Stadt, damit Oma und Opa nicht länger alleine sind. Im selben Haus ergeben sich neue Routinen, und Elias und Malin genießen die Zeit mit den Großeltern. Sie haben stets ein offenes Ohr und erzählen viel von früher.

Als Oma sich verletzt, wird klar, dass alle mithelfen müssen. Denn Oma braucht fortan viel Unterstützung bei alltäglichen Dingen. Die Geschwister lernen Rollator und Toilettensitzerhöhung, Essen auf Rädern und Treppenlift kennen. Unbefangen und voller Neugier helfen sie den Erwachsenen, die Situation anzunehmen.

Gute Gespräche, sei es aus aktuellem Anlass
oder einfach so, wünschen
die Autorinnen & die Illustratorin
Alexandra Scherf, Heike Wolter & Regina Masaracchia



Hallo!

Ich heiße Elias, bin fast sieben Jahre alt und komme bald in die zweite Klasse. Am liebsten fahre ich Fahrrad oder spiele Piraten mit meiner Schwester Malin, die fünf Jahre alt ist.

Meine Mama heißt Anne und mein Papa heißt Tobias.

Ich habe auch eine Sternenschwester, die heißt Lilly. Lilly war als Baby sehr krank und ist gestorben. Sie wohnt bei den Sternen. Ein Foto von Lilly hing bis vor kurzem in unserem Wohnzimmer an der Wand gegenüber dem großen Fenster. Dort, wo jeden Morgen die Sonne hineinscheint.

Im Moment ist das Bild nicht da, obwohl wir Lilly alle wirklich gern um uns haben. Das hat aber einen ganz wichtigen Grund – wir werden umziehen!

„Papa hat eine neue Arbeit gefunden!“, hat uns Mama vor einiger Zeit erklärt. „Und“, fügt Papa hinzu, „das Beste kommt noch. Die neue Arbeit ist in der Stadt, wo Oma Hanni und Opa Walter wohnen! Wir ziehen zu ihnen, in ihr Haus! In den Sommerferien ist es so weit.“

„Was für ‘ne supertolle Nachricht!“, rufe ich. Gemeinsam mit Malin tanze ich vor Freude durch das Zimmer.



Das sind wir

Mama
Anne

Oma
Hanni

Opa
Walter



Papa
Tobias

Malin

Kater
Carlo Elias



Aber dann haben wir auch ganz viele Fragen.

„Was ist mit meiner Schule?“, möchte ich wissen. „Wie soll ich denn jeden Morgen hierher kommen? Mit dem Hubschrauber vielleicht?“

Mama und Papa lachen.

„Natürlich nicht!“, sagen sie einstimmig. „Du wirst eine neue Schule besuchen in der neuen Stadt.“

Hm, schade! Die Idee hätte mir schon gefallen, weil ich später einmal Hubschrauberpilot werden möchte.



Aber wie geht das wirklich, dass wir mit Oma Hanni und Opa Walter in einem Haus zusammenwohnen? Wird sich mein Hamster Nico mit Omas Kater Carlo und ihrem Wellensittich Putzi verstehen?

Malin will wissen, ob sie dann, wie in den Ferien, bei Oma im Bett schlafen und abends lange aufbleiben darf.

Wir reden beide auf einmal, und Mama und Papa bringen uns erst mal zur Ruhe.

Papa sagt: „Wie in den Ferien ist es sicherlich nicht. Wir sind ja dann immer zusammen, jeden Tag. Das nennt man Alltag, und der



muss geregelter laufen als die Ferien. Oma und Opa werden in die untere Etage ziehen. Dort gibt es zwei schöne Zimmer, eine Küche und ein Bad.“

„Dann essen Oma und Opa gar nicht jeden Tag bei uns?“, fragt Malin und schaut ein wenig enttäuscht.

„Nicht jeden Tag, aber bestimmt manchmal!“, meint Mama. „Oma und Opa wohnen ja unten, wir wohnen oben. Jeder hat also die Möglichkeit, seinen Alltag allein zu verbringen. Trotzdem sind wir dicht zusammen und können uns gegenseitig immer schnell helfen. Etwa wenn Oma einkaufen muss, dann kann ich sie mit dem Auto fahren und schwere Sachen tragen. Oder Oma passt auf euch beide auf, wenn ich mal weg muss.“

„Cool!“, sage ich und denke daran, wie ich Omas Einkäufe mit dem Hubschrauber bringe. Vielleicht könnte ich mir ja einen ferngesteuerten Hubschrauber zu Weihnachten wünschen?

Papa kratzt sich am Kopf. „Da kommen bestimmt noch einige Herausforderungen auf uns zu.“

Mama klopft Papa auf die Schulter und sagt: „Keine Sorge, Tobias. Es wird sich alles fügen.“

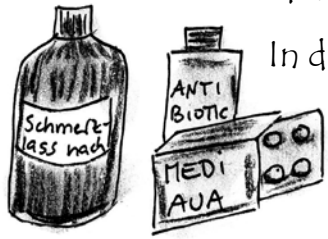


Oma ist ganz blass und liegt in einem weißen Bett. Aber sie lächelt mich an!

„Hallo Elias, wie schön, dass du mich besuchen kommst“, sagt sie.

„Hallo Oma. Tut dein Bein sehr weh?“, frage ich.

Oma schüttelt den Kopf. „Nein, ich habe von einer Krankenschwester Medizin gegen die Schmerzen bekommen.“



In der Tür steht eine Frau mit weißem Kittel. Auf dem Wägelchen vor ihr sind verschiedene Fläschchen und Packungen mit Pillen. Ich erinnere mich daran, dass ich von Mama auch schon einmal Medizin bekommen habe, als ich krank war.

Opa setzt sich auf die Bettkante und nimmt Omas Hand, Mama seufzt und streicht mir über den Kopf.

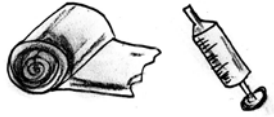
„Oma, wann können wir wieder Fußball spielen?“, will ich von Oma wissen.

„Das weiß ich nicht, Elias“, sagt Oma und schaut mich etwas traurig an. „Ich befürchte, das wird eine Weile dauern. Vielleicht kann ich auch gar nicht mehr rennen. Aber weißt du was?“ Sie zwinkert mir zu. „Ich bin eine ganz tolle Schiedsrichterin! In Zukunft spielst du dann einfach gegen Papa, und ich zähle die Tore.“

Ich bin froh, dass Oma später beim Fußballspielen wieder dabei sein wird. „Das mit der Schiedsrichterin ist eine tolle Idee, Oma!“, sage ich

zu ihr. „Malin hat sich nämlich immer verzählt.“ Oma gibt mir einen dicken Schmatz auf die Wange. Dann ist die Besuchszeit auch schon wieder vorbei. „Oma muss sich jetzt ausruhen“, sagt Mama.

Beim Rausgehen schenkt mir die Krankenschwester eine Mullbinde und eine Plastikspritze ohne Nadel. Prima, dann kann ich zu Hause Malin gleich mal einen echten Verband anlegen und mit ihr Krankenhaus spielen.



„Oma, das ist noch nicht alles. Du solltest erst mal dein neues Bett sehen, das ist noch viel toller!“, sage ich und zapple vor Ungeduld.

Oma lacht und geht langsam weiter.

Malin geht mit Oma mit und zupft sie ungeduldig am Ärmel.

„Komm schon, Oma, das Puppenhaus!“, sagt sie.

„Das Bett ist wichtiger!“, erinnere ich Oma.



Aber Oma schüttelt nur müde den Kopf. „Kinder, ich muss mich ausruhen. Es tut mir leid.“

Im Wohnzimmer hilft ihr Opa, sich hinzusetzen. Mama kommt herein und gibt Oma ein Glas Wasser.

Oma sieht sehr erschöpft aus. Sie trinkt einen Schluck, dann lehnt sie sich seufzend zurück.

„Kein Problem, Oma!“, sage ich. „Malin und ich helfen dir einfach ganz viel, damit du schnell wieder gesund wirst.“



„Ja, genau!“, nickt Malin. „Ich gehe ab morgen einfach nicht mehr in den Kindergarten, dann kann ich immer bei dir sein!“

Alle lachen und Oma nimmt Malin und mich wieder in den Arm und drückt uns.

Dann schläft sie ein und fängt leise an zu schnarchen.

Wir schleichen leise nach draußen und gehen hinauf in unsere eigene Wohnung.

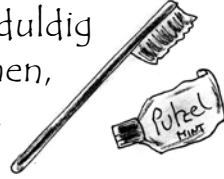
Ich finde es super, dass Oma endlich wieder da ist, und überlege schon, wann sie das erste Mal Schiedsrichterin sein kann.



Drei Tage später ist endlich Wochenende. Ich habe mir trotzdem meinen Wecker gestellt und springe beim Klingeln auch gleich aus dem Bett.

Heute darf ich zuschauen, was die Krankenpflegerin des mobilen Hilfsdienstes in der Früh mit Oma macht!

Ich flitze in die Küche, aber eigentlich bin ich viel zu ungeduldig zum Frühstück. Schnell noch Zähne putzen, anziehen, und schon renne ich die Stufen runter zu Oma und Opa.



Opa öffnet mir die Tür.

„Guten Morgen, Elias!“, begrüßt er mich. „Ich habe Oma gerade geweckt. Schwester Katrin müsste jeden Moment da sein!“

Da klingelt es auch schon.

Eine junge Frau mit einem Zopf und einer großen Tasche kommt zur Wohnungstür herein.

„Guten Morgen, Herr Morgenroth! Wie geht es Ihnen heute?“, fragt sie gut gelaunt.

„Ach gut, vielen Dank, Schwester Katrin.“

„Und du bist Elias?“, wendet sie sich an mich. Ich nicke und strecke ihr meine Hand entgegen.

„Ich bin Katrin. Na, dann komm mal mit. Wir wollen gleich einmal nach deiner Oma schauen.“

Katrin geht voran ins Schlafzimmer. Während sie die Vorhänge beiseite zieht, begrüßt sie Oma und ihren Vogel Putzi, den Wellensittich.

„Haben Sie gut geschlafen, Frau Morgenroth?“, fragt Katrin meine Oma.

Oma nickt. Sie sieht noch recht müde aus. So wie ich, wenn ich morgens von Mama für die Schule geweckt werde.



„Schauen Sie nur, die Sonne scheint und es wird ein warmer Frühlingstag“, sagt Katrin zu Oma. „Außerdem bekommen wir heute Hilfe von Ihrem Enkel!“

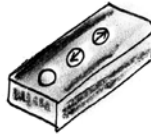
„Guten Morgen, Oma!“, rufe ich und gebe Oma einen Schmatz.

„Hallo Elias, wie schön, dass du da bist!“, freut sich Oma.

Opa kommt auch ins Schlafzimmer. Er trägt eine große Schüssel mit warmem Wasser, die er auf einen kleinen Tisch neben Omäs Bett stellt. Auf dem Tischchen stehen außerdem Seife, Zahnbürste und Zahnputzbecher.

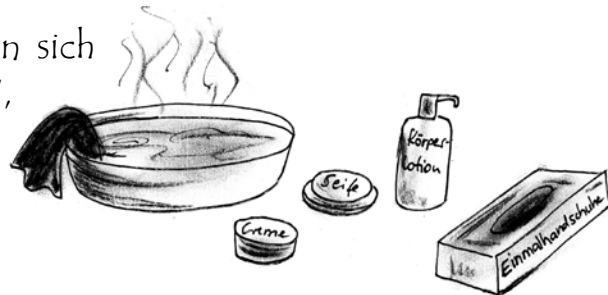
Katrin zieht sich zwei dünne Gummihandschuhe an. Dann nimmt sie einen Schwamm und tut etwas Seife darauf.

„So, dann wollen wir mal!“, meint sie zu Oma.

 Oma drückt den Knopf auf der Fernbedienung, der das Bett hochfährt. Als das Bett ganz oben ist, hilft Katrin Oma, sich auf die Bettkante zu setzen und sich das Nachthemd auszuziehen.

Dann wickelt sie Oma in ein Handtuch ein und reicht ihr den nassen Waschlappen. Ganz langsam tupft sich Oma damit ab. Rasch seift Schwester Katrin Oma den Rücken ein.

„Ich wusste gar nicht, dass man sich auch im Bett waschen kann“, sage ich erstaunt.



„Doch, das geht sogar sehr gut. Man muss nur immer ein Handtuch unterlegen, dann wird auch nichts nass“, erklärt mir Katrin.

Oma gibt Katrin den Waschlappen zurück und trocknet sich das Gesicht ab.

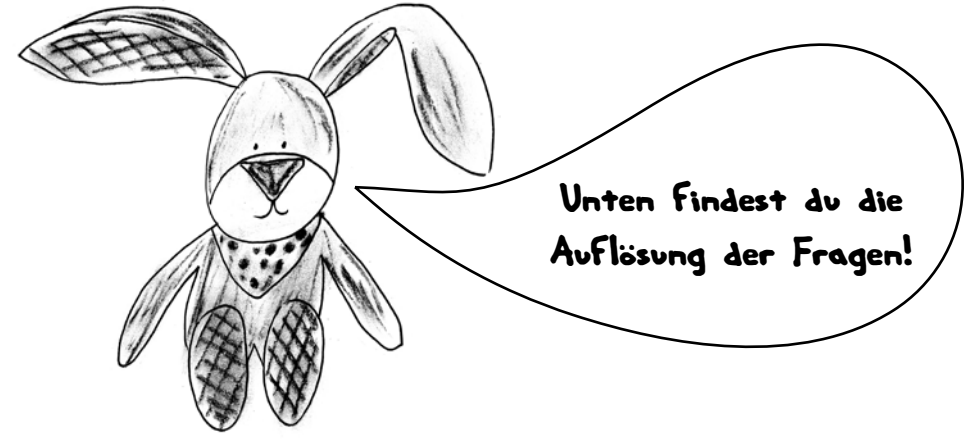
„Ach, jetzt bin ich schon ganz kaputt“, sagt sie. „Bitte machen Sie doch weiter, Schwester Katrin.“



Quiz für Kinder

Kannst du dich noch gut an die Geschichte im Buch erinnern? Versuche zu antworten. Am besten geht das zusammen mit einem Erwachsenen, der die Geschichte auch gelesen hat.

1. Warum kann Malin nicht jede Nacht bei Oma schlafen, wenn alle zusammen in einem Haus wohnen?
2. Was entdeckt Elias alles in der Notaufnahme?
3. Weshalb dauert es so lange, bis Oma wieder an Elias' Fußballspielen teilnehmen kann?
4. Welche Hilfsmittel schafft die Familie für Oma an?
5. Was ist „Essen auf Rädern“?
6. Warum will Schwester Katrin Oma nicht die Arme waschen, obwohl sie doch vom Pflegedienst ist?
7. Wobei kann der Treppenlifter Oma helfen?



- Zu 1) Wenn alle zusammenwohnen, entsteht ein Alltag, der nicht wie die Ferien sein kann. Ein Alltag bedeutet, dass Regeln für jeden Tag gelten, und nicht Ausnahmen.
- Zu 2) Viele Räume, weiß gekleidete Menschen, hohe Schränke, Metallwagen mit Binden, Pflaster, Schere, Stühle
- Zu 3) Die Knochen alter Menschen heilen langsamer.
- Zu 4) Hausnotruf, Badewannenlifter, Pflegebett, Gehgestell/Rollator, Treppenlifter, schräge Rampe
- Zu 5) Das Essen wird fertig gekocht ins Haus gebracht. Da es mit einem Auto geliefert wird, heißt es „Essen auf Rädern“.
- Zu 6) Katrin möchte, dass Oma so viel wie möglich allein macht und wieder neu lernt. Sie weiß, dass man stolz ist, wenn man etwas selbst schafft.
- Zu 7) Oma kann so leichter von einer Etage in die nächste gelangen. So kann sie auch einmal bei Elias und Malin in der Wohnung sein, ohne Mama und Papa um Hilfe zu bitten.

Wie ist es bei euch zu Hause?

Wenn auch du eine Oma/einen Opa hast, die/der Hilfe im Alltag benötigt:

Welche Tätigkeiten kann Oma/Opa zurzeit oder dauerhaft nicht mehr alleine schaffen? Male sie bunt an oder, wenn kein passendes Bild vorhanden ist, zeichne ein passendes Bild in den leeren Kreis.



das heißt die Betreuung von betagten Menschen, angesprochen. Zum anderen ist damit die Krankenpflege gemeint. Im Buch wird von den Angehörigen mit der Unterstützung eines *mobilen Hilfsdienstes* eine häusliche Pflege ermöglicht. Der Begriff der aktivierenden Pflege, wie sie von der Vertreterin des Hilfsdienstes angeboten wird, bedeutet dabei, dass die erkrankte Person ermutigt wird, noch vorhandene Fähig- und Fertigkeiten zu trainieren.

Medizinischer Dienst der Krankenkasse: Dieser Dienst begutachtet die *Pflegebedürftigkeit*, um Leistungen aus der Pflegeversicherung zu erhalten.

Pflegebedürftigkeit: Dieser Begriff bezeichnet eine gesetzlich normierte Vorstellung von der Hilfsbedürftigkeit einer Person. Dabei geht es um den Anspruch auf Leistungen aus der Pflegeversicherung, der durch den *Medizinischen Dienst* der Krankenkassen festgestellt wird.

Pflegebett: Ein solches Bett besitzt verschiedene Zusatzfunktionen, die darauf ausgerichtet sind, einem nur eingeschränkt mobilen Menschen ein gutes Liegen und unterstützendes Aufstehen sowie Hinlegen zu ermöglichen.

Reha/Rehabilitation: Damit ist die Wiederherstellung von Körperfunktionen, beispielsweise nach einem Unfall, gemeint. Dies kann ambulant oder stationär geschehen. In der Rehabilitation werden ergo-, physio- und auch psychotherapeutische Maßnahmen eingesetzt.



Toilettensitzerhöhung: Dieses orthopädische Hilfsmittel erleichtert das Setzen auf die und Erheben von der Toilette.

Treppenlift: Wie ein Fahrstuhl ermöglicht der Treppenlift das Überwinden der Etagenhöhen für bewegungseingeschränkte oder -unfähige Personen. Damit ist nicht nur eine höhere Mobilität möglich, sondern auch eine Teilnahme des Betroffenen am Familienleben.



Ich weiß jetzt wie! Band 13 Oma war die Beste!

Oma Hanni ist alt. Sie liegt im Bett und spricht mit ihrem Enkel Elias über Leben und Sterben. Elias will nicht, dass seine Oma stirbt, denn er hat sie sehr lieb. Aber Oma sagt, dass Sterben zum Leben dazugehört. Elias gestaltet seiner Oma ein besonderes Andenken, und auch Oma Hanni übergibt Elias ein wichtiges Geschenk. Einige Tage später stirbt Oma und alle in der Familie sind traurig. Sie trösten sich gegenseitig, und Elias lernt, dass Menschen unterschiedliche Vorstellungen davon haben, was nach dem Tod geschieht. Mit der Zeit können auch Elias und seine Familie wieder fröhlich sein, mit Oma im Herzen.

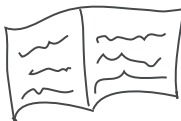
Zusätzlich: „Ich weiß jetzt wie!“-Seiten für Kinder mit Anregungen und Fragen • Erwachsenen-Seiten mit weiterführenden Erklärungen zum Thema Sterben, Trösten und Leben.

Heike Wolter
Regina Masaracchia (Illustrationen)

Oma war die Beste!

Das Kindersachbuch zum Thema
Sterben, Trösten und Leben

Reihe „Ich weiß jetzt wie!“, Band 13
edition riedenburg, Salzburg
Im Buchhandel in D, A, CH



Buchreihen

Ich weiß jetzt wie! Reihe für Kinder bis ins Schulalter
SOWAS! – Kinder- und Jugend-Spezialsachbuchreihe
Verschiedene Alben für verwaiste Eltern und Geschwister

Einzeltitel

Alle meine Tage – Menstruationskalender
Alle meine Zähne – Zahnkalender für Kinder
Annikas andere Welt – Psychisch kranke Eltern
Ausgewickelt! So gelingt der Abschied von der Windel
Baby Lulu kann es schon! – Windelfreies Baby
Babymützen selbstgemacht! Ganz einfach ohne Nähen
Besonders wenn sie lacht – Lippen-Kiefer-Gaumenspalte
Bitterzucker – Nierentransplantation
Brüt es aus! Die freie Schwangerschaft
Das doppelte Mädchen – Zwillinge
Das große Storchenmalbuch mit Hebamme Maja
Der Kaiserschnitt hat kein Gesicht – Fotobuch
Der Wuschelfloh, der fliegt aufs Klo! – Spatz ohne Windel
Die Josefsgeschichte – Biblisches von Kindern für Kinder
Die Sonne sucht dich – Foto-Meditation Schwangerschaft
Drei Nummern zu groß – Kleinwuchs
Egal wie klein und zerbrechlich – Erinnerungsalbum
Ein Baby in unserer Mitte – Hausgeburt und Stillen
Finja kriegt das Fläschchen – Für Mamas, die nicht stillen
Frauenkastration – Fachwissen und Frauen-Erfahrungen
Ich war ein Wolfskind aus Königsberg – DDR und BRD
In einer Stadt vor unserer Zeit – Regensburg-Reiseführer
Jutta juckt's nicht mehr – Hilfe bei Neurodermitis
Konrad, der Konfliktlöser – Clever streiten und versöhnen
Lass es raus! Die freie Geburt
Leg dich nieder! Das freie Wochenbett

Lilly ist ein Sternenkind – Verwaiste Geschwister
Lorenz wehrt sich – Sexueller Missbrauch
Luxus Privatgeburt – Hausgeburten in Wort und Bild
Machen wie die Großen – Rund ums Klogehen
Maharishi Good Bye – Tiefenmeditation und die Folgen
Mama und der Kaiserschnitt – Kaiserschnitt
Mamas Bauch wird kugelrund – Aufklärung für Kinder
Manchmal verlässt uns ein Kind – Erinnerungsalbum
Mein Sternenkind – Verwaiste Eltern
Meine Folgeschwangerschaft – Schwanger nach Verlust
Meine Wunschgeburt – Gebären nach Kaiserschnitt
Mit Liebe berühren – Erinnerungsalbum
Mord in der Oper – Bellinis letzter Vorhang
Nasses Bett? – Nächtliches Einnässen
Nino und die Blumenwiese – Nächtliches Einnässen, Bilderbuch
Oma braucht uns – Pflegebedürftige Angehörige
Oma war die Beste! – Trauerfall in der Familie
Papa in den Wolken-Bergen – Verlust eines nahen Angehörigen
Pauline purzelt wieder – Übergewichtige Kinder
Regelschmerz ade! Die freie Menstruation
So klein, und doch so stark! – Extreme Frühgeburt
So leben wir mit Endometriose – Hilfe für betroffene Frauen
Soloschläfer – Erholsamer Mutter-Kind-Schlaf ohne Mann
Still die Badewanne voll! Das freie Säugen
Stille Brüste – Das Fotobuch für die Stillzeit und danach
Tragekinder – Das Kindertragen Kindern erklärt
Und der Klapperstorch kommt doch! – Kinderwunsch
Und wenn du dich getröstet hast – Erinnerungsalbum
Unser Baby kommt zu Hause! – Hausgeburt
Unser Klapperstorch kugelt rum! – Schwangerschaft
Unsere kleine Schwester Nina – Babys erstes Jahr
Volle Hose – Einkoten bei Kindern

*Bezug über den (Internet-)Buchhandel in
Deutschland, Österreich und der Schweiz.*